МУП "КШП"

27.09.2021

Школы (Младшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Горячий завтрак1		
33/7/10	Бутерброд с маслом и сыром 33/7/10	Калорийность-152, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-15	
25/50	Азу 25/50	Калорийность-203, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-2	
150/5	Макароннные изделия отварные 150/4	Калорийность-203, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-27, Углеводы-7	
25	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-51, Белки-2, Углеводы-10	
	Итого за Горячий завтрак1	Калорийность-636, Белки-29, Жиры-31, Углеводы-66	57-43
	Обед		
200/10	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 200/10	Калорийность-102, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-8	
80	П/ф биточки из птицы 80	Калорийность-184, Белки-22, Жиры-6, Углеводы-10	
150	Рагу из овощей 150	Калорийность-198, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-16	
200	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах 200	Калорийность-76, Углеводы-20	
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-95, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-19	
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
	Итого за Обед	Калорийность-716, Белки-41, Жиры-24, Углеводы-85	52-57

Школы (Старшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Горячий завтрак2		
33/7/10	Бутерброд с маслом и сыром 33/7/10	Калорийность-152, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-15	
25/50	Азу 25/50	Калорийность-203, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-2	
180/7	Макароннные изделия отварные 180/5	Калорийность-245, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-40	
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-27, Углеводы-7	
40	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	
	Итого за Горячий завтрак2	Калорийность-708, Белки-31, Жиры-32, Углеводы-79	60-00
	Итого за день	Калорийность-708, Белки-31, Жиры-32, Углеводы-79	60-00

МБОУ Директор СОШ № 12 Малова Е.

Директор Абрамова Т.Ю. Технолог Ахметзянова М.Р. Бухгалтер-калькулятор Алексеева А.А.

МУП "КШП"

28.09.2021

Школы (Младшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Горячий завтрак1		
50	Салат из моркови с яблоками 50	Калорийность-62, Жиры-5, Углеводы-4	
150/4	Каша рисовая молочная жидкая 150/4	Калорийность-145, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-21	
1 шт	Мандарин	Калорийность-36, Белки-1, Углеводы-7	
200	Кофейный напиток на молоке 200	Калорийность-91, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-11	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8	
	Итого за Горячий завтрак1	Калорийность-433, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-63	57-43
	Обед		
200	Суп картофельный с бобовыми 200	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	
25/50	Гуляш 25/50	Калорийность-177, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-3	
150/4	Каша гречневая рассыпчатая 150/4	Калорийность-239, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-36	
200	Напиток из смеси сухофруктов 200	Калорийность-81, Белки-1, Углеводы-20	
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-95, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-19	
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
	Итого за Обед	Калорийность-787, Белки-34, Жиры-25, Углеводы-106	52-57

Школы (Старшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Горячий завтрак2		
50	Салат из моркови с яблоками 50	Калорийность-62, Жиры-5, Углеводы-4	
180/5	Каша рисовая молочная жидкая 180/5	Калорийность-174, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-26	
97	Мандарин	Калорийность-37, Белки-1, Углеводы-7	
200	Кофейный напиток на молоке 200	Калорийность-91, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-11	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8	
	Итого за Горячий завтрак2	Калорийность-462, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-67	60-00
	Итого за день	Калорийность-462, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-67	60-00

МБОУ СОШ № 12 Директора Малова Е.И

Директор Абрамова Т.Ю. Технолог Ахметзянова М.Р. Бухгалтер-калькулятор Алексеева А.А.

29.09.2021

МУП "КШП"

Школы (Младшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Горячий завтрак1		
50	Салат из белокочанной капусты 50	Калорийность-72, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	
75	Тефтели рыбные 75	Калорийность-191, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-13	
150	Картофельное пюре 150	Калорийность-146, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-20	
200	Напиток из яблок	Калорийность-35, Углеводы-8	
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-11	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8	
	Итого за Горячий завтрак1	Калорийность-541, Белки-20, Жиры-22, Углеводы-66	57-43
	Обед		
200	Суп из овощей 200	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-9	
30/200	Плов 30/200	Калорийность-354, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-39	
200	Сок в ассортименте 0,2л	Калорийность-460, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-101	
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-95, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-19	
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
	Итого за Обед	Калорийность-1 043, Белки-27, Жиры-21, Углеводы-179	52-57

Школы (Старшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Горячий завтрак2		
50	Салат из белокочанной капусты 50	Калорийность-72, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	
75	Тефтели рыбные 75	Калорийность-191, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-13	
180	Картофельное пюре 180	Калорийность-167, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	
200	Напиток из яблок	Калорийность-35, Углеводы-8	
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-11	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8	
	Итого за Горячий завтрак2	Калорийность-562, Белки-20, Жиры-22, Углеводы-70	60-00
	Итого за день	Калорийность-562, Белки-20, Жиры-22, Углеводы-70	60-00

Директор Абрамова Т.Ю. Технолог Ахметзянова М.Р. Бухгалтер-калькулятор Алексеева А.А.

МУП "КШП"

30.09.2021

Школы (Младшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Горячий завтрак1		
32/7	Бутерброд с маслом 33/7	Калорийность-142, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-14	
130	Запеканка из творога с морковью 130	Калорийность-236, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-24	
1 шт	Яблоко	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-14	
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-27, Углеводы-7	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8	
	Итого за Горячий завтрак1	Калорийность-512, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-66	57-43
	Обед		
200/10	Свекольник 200/10	Калорийность-88, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11	
80	Тефтели куриные 80	Калорийность-210, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-13	
20	Соус томатный 30	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2	
150/3	Картофель отварной с маслом 150/3	Калорийность-129, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	
200	Чай с сахаром и лимоном	Калорийность-28, Углеводы-7	
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-95, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-19	
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
	Итого за Обед	Калорийность-625, Белки-19, Жиры-22, Углеводы-83	52-57

Школы (Старшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Горячий завтрак2		
32/7	Бутерброд с маслом 33/7	Калорийность-142, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-14	
150	Запеканка из творога с морковью 150	Калорийность-273, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-27	
1 шт	Яблоко	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-14	
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-27, Углеводы-7	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8	
	Итого за Горячий завтрак2	Калорийность-548, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-70	60-00
	Итого за день	Калорийность-548, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-70	60-00

Директор Абрамова Т.Ю. Технолог Ахметзянова М.Р. Бухгалтер-калькулятор Алексеева А.А.

МБОУ СОШ № 12 ИНН 0265013573

Директор Павлова Е.